

Овощные салаты

Салат из редьки

Ингредиенты:

400 г редьки, 2 луковицы, 1 вареная морковь, мелко нарубленная зелень, соль, растительное масло.

Способ приготовления:

Редьку хорошо вымыть, очистить, натереть на крупной терке.

Смешать редьку с мелко нарезанным луком, посолить, заправить маслом.

Украсить салат фигурно нарезанной морковью и зеленью петрушки.

К салату можно подать гренки из ржаного хлеба.

Салат из моркови и яблок

Ингредиенты:

300 г сырой моркови, 2 яблока, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка сока лимона, соль по вкусу, 2 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки.

Способ приготовления:

Морковь натереть на крупной терке, яблоко нарезать кубиками и сбрызнуть соком лимона, чтобы не потемнело.

Приправить яблоко и морковь солью, сахаром, растительным маслом, перемешать.

Готовый салат украсить измельченной зеленью петрушки по вкусу.

Салат из фасоли и картофеля

Ингредиенты:

1 кг отварного картофеля, 2 стакана вареной мелкой фасоли, 200 г маринованных огурцов, 2 луковицы, 1 вареная морковь, 0,5 стакана растительного масла, зелень петрушки, уксус, молотый перец, соль.

Способ приготовления:

Нарезанный кружочками картофель и огурцы соединить с фасолью и мелко нарезанным луком. Смешать с растительным маслом, заправить уксусом, перцем и солью по вкусу.

Выложить в салатник, украсить веточками петрушки и кружочками моркови.

Салат из свеклы с луком

Ингредиенты:

3 вареные свеклы, 3 луковицы, 1–2 ст. ложки томатной пасты, растительное масло для жарения, сахар, соль.

Способ приготовления:

Натереть свеклу на крупной терке. Лук нарезать кольцами и обжарить в масле. Смешать свеклу, лук и томатную пасту. Положить по вкусу соль и сахар, перемешать и подавать на стол.

Картофельный салат с редькой

Ингредиенты:

5 картофелин, 1 редька, 1 луковица, 4 ст. ложки растительного масла, соль по вкусу.